

**STUDI KASUS
STRESS DAN PERILAKU COPING PADA CALEG YANG
GAGAL MENJADI ANGGOTA DEWAN
PADA PEMILU 2009**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
Guna Memenuhi Salah Satu Syarat dalam Menyelesaikan
Program Sarjana Psikologi (S.Psi.)**



**Oleh:
ZULISTIANAH
NIM. B37205002**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
AGUSTUS 2009**

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii

BAB I : PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH.....	1
B. RUMUSAN MASALAH.....	8
C. TUJUAN PENELITIAN	8
D. MANFAAT PENELITIAN	9
E. SISTEMATIKA PEMBAHASAN.....	9

BAB II : KAJIAN TEORITIK

A. STRESS	11
1. Definisi Stres	11
2. Tahap-Tahap Stres	14
3. Sumber Stres	15
4. Tipe Kepribadian yang Rentan Terkena Stres	17
5. Gejala Stres	18
6. Stres Berdasarkan Jenis Kelamin	24
7. Jenis Stres	25
B. COPING	26
1. Definisi Coping	26
2. Macam Coping Stres	27
3. Tugas Coping	31
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Strategi Coping	32
C. LEMBAGA LEGISLATIF	33
1. Pengertian Lembaga Legislatif	33
2. Fungsi Badan Legislatif	34
3. Hak Badan Legislatif	36
D. KERANGKA TEORITIK	37
E. PENELITIAN TERDAHULU	39

BAB III : METODE PENELITIAN

A. PENDEKATAN DAN JENIS PENELITIAN	42
B. SUBYEK PENELITIAN	44
C. SUMBER DAN JENIS DATA	45

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Persaingan untuk memperoleh predikat “Anggota Dewan Terhormat” sangat ketat. Jumlah calon anggota legislatif terlampaui banyak, mencapai jutaan orang, sedangkan kursi yang tersedia amat terbatas. Sebanyak 11.215 orang memperebutkan 560 kursi DPR dan 1.109 orang bersaing mendapatkan 132 kursi Dewan Perwakilan Daerah. Selain itu, sekitar 112 ribu orang bertarung untuk mendapat 1.998 kursi di DPRD provinsi dan 1,5 juta orang bersaing merebut 15.750 kursi DPRD kabupaten/kota. Total caleg 1.624.324 orang dan total kursi yang diperebutkan hanya 18.440 kursi.¹

Sebanyak 182.843 mantan caleg diperkirakan akan stress, angka ini didasarkan dari hasil riset bahwa 11.4% dari total caleg berpotensi stres. Hitungannya caleg DPR-RI ; $11.215 - 560 = 10.655$ tidak terpilih, caleg DPD $1.109 - 132 = 977$ tidak terpilih, caleg DPR-D ; $112.000 - 1.998 = 110.002$ orang stres, caleg DPR kabupaten/kota; $1.500.000 - 15.750 = 1.484.250$ tidak terpilih, dengan total mantan caleg yang tidak terpilih 1.603.886 orang. Jumlah 1.605.884 ini kemudian dikalikan 11,4% maka ditemukan angka 182.843.²

¹ Iwan Dahnial, "Rumah Sakit Jiwa Bakal Kewalahan Menampung Caleg Gagal" (http://www.mediaindonesia.com/read/2009/03/03/65348/70/13/Rumah_Sakit_Jiwa_Menanti_Caleg). Diakses tanggal 25 April 2009

² “50 Fakta Pemilu Indonesia 2009” (<http://cafeblogger.biz/50-fakta-pemilu-indonesia-2009.html>) Diakses tanggal 26 Mei 2009

Berdasarkan observasi yang telah penulis lakukan sebelum pelaksanaan penelitian ini, kami mendapati sebuah kasus yang menyangkut terjadinya gangguan stress yang terjadi pada caleg DPRD. Di antaranya yaitu seorang caleg yang berinisial "AP" yang beralamat di Sambli, Kediri. Salah seorang caleg dari Partai Golkar ini menjadi sangat linglung, pendiam dan tampak selalu gelisah bahkan selalu menjauh dari keluarganya. Sejak ia gagal menduduki salah satu kursi DPRD di Kota Kediri ini, ia juga menjadi seorang yang sangat malas bekerja, karena ia tidak lagi rajin bekerja seperti dulu, ia pergi bekerja seenak hatinya.

[illegible]

Usahnya yang paling menghabiskan banyak biaya adalah dengan membagi-bagikan berbagai atribut pemilu yang berlogokan dirinya. Atribut yang melambangkan dirinya tersebut diyakini mampu menyihir para kerabat dan semua teman-temannya. Atribut itu berupa stiker, kalender, kaos, dan kartu nama. Ia membagi-bagikan stiker berjumlah sekitar 7000 buah, kalender sebanyak 8000 buah, kaos sebanyak 2500 buah. Dan yang tidak kalah banyak adalah ia juga membagi-bagikan kartu nama yang menggambarkan dirinya dan pasangannya sebanyak 10.000 buah. Ia juga memasang Banner sebanyak ratusan buah. Selain itu ia juga membentuk sebuah kader lokal yang dibentuknya untuk menjadi tim suksesnya untuk membantu proses kampanye tersebut, yang mana mereka pun juga tidak bekerja secara cuma-cuma alias dibayar.(Gambar.6)

[illegible]

Beberapa contoh kasus yang sama juga terjadi di beberapa wilayah di Pulau Jawa. Sebuah data diperoleh oleh Harian Kompas, yang hingga tanggal 16 April terdeteksi telah ada sekitar 23 caleg yang mengalami stres berat. Di antaranya adalah:³

1. Caleg nomor urut 9 dari Partai Golkar dari Kota Bogor, Yuniar, melalui tim suksesnya berinisial SB, menarik kembali ratusan buku tabungan masing-masing senilai Rp50.000 bertuliskan Karya Nyata Sejahtera yang dibagikan saat kampanye di Kampung Muara, RW 11/14, Kelurahan Pasirjaya, Kecamatan Bogor Barat. Karena saat hasil suara dihitng, dari jumlah DPT yang jumlahnya sekitar 900 suara, nama Yuniar hanya memperoleh di bawah 10 suara di RW 11 dan 14.

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Dengan melihat fenomena psikologi yang tersebut di atas, maka dalam penelitian ini dapat diambil beberapa permasalahan, yaitu:

- Berdasarkan rumusan permasalahan di atas, maka tujuan dari penulisan ini adalah:

- [illegible]

1. Manfaat Teoritis

2. Manfaat Praktis

E. SISTEMATIKA PEMBAHASAN

BAB I : PENDAHULUAN

Merupakan pengantar yang dapat mengantarkan pembaca untuk dapat menjawab pertanyaan apa yang diteliti, untuk apa dan mengapa penelitian ini dilakukan.. Terdiri dari Latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi operasional dan sistematika pembahasan.

KAJIAN TEORITIK

ini biasanya disertai oleh perasaan was-was khawatir dalam pencapaian tujuan.

- c. Kekuatan yang diterapkan pada suatu sistem, tekanan-tekanan fisik dan psikologis yang dikenakan pada tubuh dan pada pribadi.
- d. Satu kondisi ketegangan fisik atau psikologis disebabkan oleh adanya persepsi ketakutan dan kecemasan.

Menurut Robert S. Fieldman (1989) stress adalah suatu proses yang menilai suatu peristiwa sebagai sesuatu yang mengancam, menantang, ataupun membahayakan dan individu merespon peristiwa itu pada level fisiologis, emosional, kognitif dan perilaku. Peristiwa yang memunculkan stress dapat saja positif (misalnya: merencanakan perkawinan) atau negatif (contoh: kematian keluarga). Sesuatu didefinisikan sebagai peristiwa yang menekan (stressfull event) atau tidak, bergantung pada respon yang diberikan oleh individu.⁷

Stres adalah stimulus atau situasi yang menimbulkan distress dan menciptakan tuntutan fisik dan psikis pada seseorang. Stres membutuhkan coping dan adaptasi. Sindrom adaptasi umum atau Teori Selye, menggambarkan stres sebagai kerusakan yang terjadi pada tubuh tanpa mempedulikan apakah penyebab stres tersebut positif atau negatif. Respons tubuh dapat diprediksi tanpa memerhatikan stresor atau penyebab tertentu (Issac, 2004)

⁷Fitri Fausiah, Julianti Widury, "*Psikologi Abnormal*" (Jakarta: UI-Press, 2007), h:9-10

Menurut Hans Selye dalam bukunya Hawari (2001) stress adalah respon tubuh yang sifatnya nonspesifik terhadap setiap tuntutan beban atasnya. Bila seseorang telah mengalami stres mengalami gangguan pada satu atau lebih organ tubuh sehingga yang bersangkutan tidak lagi dapat menjalankan fungsi pekerjaannya dengan baik, maka ia disebut distres. Pada gejala stres, gejala yang dikeluarkan penderita didominasi oleh keluhan-keluhan somatik (fisik), tetapi dapat pula disertai keluhan-keluhan psikis. Tidak semua bentuk stres mempunyai konotasi negatif, cukup banyak yang bersifat positif, hal tersebut dikatakan eustres.⁸

Stress adalah suatu tuntutan yang mendorong organisme untuk beradaptasi atau menyesuaikan diri. Sedangkan stressor adalah suatu sumber stres.⁹

Maka peneliti dapat menyimpulkan tentang definisi stres di atas yaitu: stres adalah suatu keadaan yang membebani atau membahayakan

⁹ Jeffrey S. Nevid. Spencer A. Rathus. Beverly Greene. "Psikologi Abnorma"l. (Jakarta: Erlangga. 2002) Hal: 135

kesejahteraan penderita, yang dapat meliputi fisik, psikologis, sosial atau kombinasinya.

2. Tahap-Tahap Stres

Menurut Hans Selye, 1950 stress adalah respon tubuh yang bersifat non-spesifik terhadap setiap tuntutan beban di atasnya. Selye memformulasikan konsepnya dalam *General Adaptation Syndrome* (GAS). GAS ini berfungsi sebagai respon otomatis, respon fisik, dan respon emosi pada seorang individu. Selye mengemukakan bahwa tubuh kita bereaksi sama terhadap berbagai stressor yang tidak menyenangkan, baik sumber stress berupa serangan bakteri mikroskopi, penyakit karena organisme, perceraian ataupun banjir. Model GAS menyatakan bahwa dalam keadaan stress, tubuh kita seperti jam dengan system alarm yang tidak berhenti sampai tenaganya habis.

Respon GAS ini dibagi dalam tiga fase, yaitu:¹⁰

a. Reaksi waspada (*alarm reaction stage*)

Adalah persepsi terhadap stresor yang muncul secara tiba-tiba akan munculnya reaksi waspada. Reaksi ini menggerakkan tubuh untuk mempertahankan diri. Diawali oleh otak dan diatur oleh sistem endokrin dan cabang simpatis dari sistem saraf autonom. Reaksi ini disebut juga reaksi berjuang atau melarikan diri (*fight-or-flight reaction*).

¹⁰ Jeffrey S. Nevid. Spencer A. Rathus. Beverly Greene. *Psikologi Abnormal*.....h:139-140

Gejala-gejala lain yang dapat dilihat dari orang yang sedang mengalami stres antara lain:¹⁶

- a. Cemas
- b. Depresi
- c. Makan berlebihan
- d. Berpikiran Negatuf
- e. Tidur Berlebihan
- f. Diare
- g. Konstipasi atau sembelit
- h. Kelelahan yang terus menerus
- i. Sakit kepala
- j. Kehilangan Nafsu Makan
- k. Marah

¹⁶ Anjali Arora, "*5 langkah Mencegah dan Mengatasi Stres*" (Jakarta: Bhuana Ilmu Populer, 2008) h: 9

c. Telinga

Pendengaran seringkali terganggu dengan suara berdenging (tinitus).

d. Daya pikir

Kemampuan berpikir dan mengingat serta konsentrasi menurun. Orang menjadi pelupa dan seringkali mengeluh sakit kepala pusing.

e. Ekspresi wajah

Wajah seseorang yang stres nampak tegang, dahi berkerut, mimik nampak serius, tidak santai, bicara berat, sukar untuk senyum atau tertawa dan kulit muka kedutan (*tic facialis*).

f. Mulut dan bibir terasa kering sehingga seseorang sering minum.

Selain daripada itu pada tenggorokan seolah-olah ada ganjalan sehingga ia sukar menelan, hal ini disebabkan karena otot-otot lingkari di tenggorokan mengalami spasme (*muscle cramps*) sehingga serasa “tercekik”.

g. Kulit

Pada orang yang mengalami stres reaksi kulit bermacam-macam, pada kulit dari sebahagian tubuh terasa panas atau dingin atau keringat berlebihan. Reaksi lain kelembaban kulit yang berubah, kulit menjadi lebih kering. Selain daripada itu perubahan kulit lainnya adalah merupakan penyakit kulit, seperti munculnya eksim, *urtikaria* (biduran), gatal-gatal dan pada kulit muka seringkali timbul jerawat

(*acne*) berlebihan; juga sering dijumpai kedua belah tapak tangan dan kaki berkeriat (basah).

h. Sistem Pernafasan

Pernafasan seseorang yang sedang mengalami stres dapat terganggu misalnya nafas terasa berat dan sesak disebabkan terjadi penyempitan pada saluran pernafasan mulai dari hidung, tenggorokan dan otot-otot rongga dada. Nafas terasa sesak dan berat dikarenakan otot-otot rongga dada (otototot antar tulang iga) mengalami spasme dan tidak atau kurang elastis sebagaimana biasanya. Sehingga ia harus mengeluarkan tenaga ekstra untuk menarik nafas. Stres juga dapat memicu timbulnya penyakit asma (*asthma bronchiale*) disebabkan karena otot-otot pada saluran nafas paruparu juga mengalami spasme.

i. Sistem Kardiovaskuler

Sistem jantung dan pembuluh darah atau kardiovaskuler dapat terganggu faalnya karena stres. Misalnya, jantung berdebar-debar, pembuluh darah melebar (*dilatation*) atau menyempit (*constriction*) sehingga yang bersangkutan nampak mukanya merah atau pucat. Pembuluh darah tepi (perifer) terutama di bagian ujung jari-jari tangan atau kaki juga menyempit sehingga terasa dingin dan kesemutan. Selain daripada itu sebahagian atau seluruh tubuh terasa “panas” (*subfebril*) atau sebaliknya terasa “dingin”.

- 1) Kehati-hatian (*cautiouness*), adalah ketika individu mengalami masalah, individu memikirkan dan mempertimbangkan secara matang beberapa alternatif pemecahan masalah yang mungkin dilakukan, meminta pendapat dan pandangan dari orang lain tentang masalah yang dihadapi, serta bersikap hati-hati sebelum memutuskan sesuatu dan mengevaluasi strategi yang pernah dilakukan.
- 2) Tindakan instrumental (*instrumental action*), Individu mengambil tindakan yang ditujukan untuk menyelesaikan masalah secara langsung serta menyusun rencana serta langkah apapun yang diperlukan.
- 3) Negosiasi (*Negotiation*), individu melakukan usaha-usaha yang ditujukan kepada orang lain yang terlibat untuk ikut serta memikirkan atau menyelesaikan masalah yang dihadapi.

b. *Emotion-focused coping.*

Emotion-focused coping, yaitu usaha mengatasi stres dengan cara mengatur respon emosional dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang dianggap penuh tekanan.

Emotion-focused coping menurut Folkman (dalam Taylor, 1991) terdiri dari 5 variasi.²⁸

²⁸ Reina Wangsadjaja. “*Stres*”...Diakses tanggal 25 April 2009

Strategi pengatasan masalah yang berorientasi pada emosi menurut *Aldwin & Revenson* (1987) terdiri dari:²⁹

[illegible]

Kedua strategi coping di atas mempunyai lima fungsi tugas coping yang dikenal dengan istilah *coping task*, yaitu:³⁰

- a. Mengurangi kondisi lingkungan yang berbahaya dan meningkatkan prospek untuk memperbaikinya.
- b. Mentoleransi atau menyesuaikan diri dengan kenyataan yang negatif.
- c. Mempertahankan gambaran diri yang positif.
- d. Mempertahankan keseimbangan emosional.
- e. Melanjutkan kepuasan terhadap hubungannya dengan orang lain.

[illegible]

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Strategi Coping

1. Pengertian Lembaga Legislatif

[illegible]

3. Hak Badan Legislatif

Hak-hak yang dimiliki oleh seorang anggota badan legislative adalah.³⁶

Hak ini dipakai badan legislatif untuk mengkontrol kegiatan eksekutif, badan legislatif dapat bertanya kepada eksekutif mengenai suatu hal atau kebijakan yang diambil oleh eksekutif.

Hak ini digunakan dalam meminta keterangan kepada eksekutif mengenai kebijakan suatu bidang. Dalam hal ini badan eksekutif wajib memberikan penjelasan pada saat sidang Pleno di DPR. Jika tidak ditemukan forum setelah eksekutif memberikan penjelasan, maka akan dilakukan pemungutan suara.

Adalah wewenang anggota badan legislatif untuk mengadakan penyelidikan sendiri. Untuk keperluan tersebut, maka biasanya suatu panitia angket dibentuk oleh DPR yang dalam menjalankan tugasnya akan melaporkan hasilnya kepada badan legislatif, yang selanjutnya menjadi acuan perumusan pendapat DPR mengenai hal yang telah diselidiki, dengan harapan pemerintah memperhatikan pendapat DPR tersebut.

³⁶ "*Lembaga Legislatif*" Diakses tanggal: 29 April 2009

Penelitian ini merupakan sebuah penelitian tentang bagaimana kondisi dan situasi yang tengah dihadapi oleh seorang caleg yang gagal menjadi anggota dewan pada pemilu 2009 yang ada di wilayah Kota Kediri. Hal ini sebenarnya akan muncul sejak mereka mulai mendaftarkan namanya dalam deretan daftar caleg di wilayah Kota Kediri pada khususnya. Namun pada penelitian ini, kami akan melakukan penelitian pada caleg setelah pemilu diadakan. Selain dari pada itu, setelah pemilu diadakan akan muncul banyak masalah-masalah baru bagi para caleg, baik masalah finansial, masalah sosial atau pun konflik batin akibat ketidakseimbangan antara harapan dan realitas. Masalah ini merupakan sebuah stressor yang sangat luar biasa yang pada nantinya akan direspon menjadi stres. Yaitu akan timbul shock ringan yang meliputi salah satu atau keseluruhan dari berbagai respon fisiologis, respon kognitif, respon emosional dan respon tingkah laku.

Kemudian dari masing-masing individu tersebut secara tidak langsung akan melakukan sebuah strategi coping sebagai upaya untuk mengelola stres yang terjadi tersebut. Jika caleg tersebut tidak bisa mengcoping dengan tepat, maka stres tersebut akan berkembang menjadi distres, yaitu stres yang destruktif dan membahayakan. Namun sebaliknya, jika mereka dapat melakukan coping dengan benar dan tepat, maka stres tersebut akan berkembang menjadi eustres, yaitu stres yang positif, yang membangun dan stres yang justru akan membawa kepada kebaikan. Dalam penelitian ini tujuan penelitian hanya sebatas untuk mengetahui bagaimana strategi coping yang

Melalui penelitian yang terdahulu di atas, telah dapat menambah banyak referensi dan perbandingan bagi penelitian ini. Masing-masing mempunyai kelebihan dan kekurangan. Dengan kedua penelitian di atas, maka penelitian ini mempunyai kesamaan konsep atau tema yang diteliti, yaitu bagaimana menggambarkan tingkat stres dan strategi coping yang sedang dihadapi oleh individu yang sedang menghadapi sebuah stresor. Kemudian pada metode penelitian, penelitian di atas juga memiliki kesamaan dengan penelitian ini. Kedua penelitian di atas juga memakai pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi kasus, sama halnya pada penelitian berikut. Alat pengumpul data yang digunakan pada penelitian juga memiliki kesamaan dengan kedua penelitian di atas, yaitu wawancara, observasi, dokumentasi dan alat tes 16 PF.

[illegible]

BAB III

METODE PENELITIAN

A. PENDEKATAN DAN JENIS PENELITIAN

Pada penelitian skripsi ini, metode penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif kualitatif dengan metode studi kasus (*case study*), yaitu sebuah pencarian fakta dengan interpretasi yang tepat. Penelitian kualitatif yaitu suatu pendekatan penelitian yang menggunakan data berupa kalimat tertulis atau lisan, perilaku, fenomena, peristiwa-peristiwa dan pengetahuan atau obyek studi. Pendekatan ini menitikberatkan pada pemahaman, pemikiran dan persepsi peneliti.⁴¹

Studi kasus didefinisikan sebagai fenomena khusus yang dihadirkan dalam suatu konteks yang terbatas (*bounded text*), meski batas-batas antara fenomena dan konteks tidak sepenuhnya jelas.⁴²

Menurut Kirk dan Miller (1986), penelitian kualitatif adalah tradisi tertentu dalam ilmu pengetahuan sosial yang secara fundamental bergantung pada pengamatan pada manusia baik dalam kawasannya maupun dalam peristilahannya.

Menurut Danzin dan Lincoln (1987), penelitian kualitatif adalah penelitian yang menggunakan latar alamiah, dengan maksud menafsirkan

⁴¹ Arilia Rahma, *Coping Stress Pada Wanita Hamil.....*h: 40

⁴² Arilia Rahma, *Coping Stress Pada Wanita Hamil*.....h: 40

fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan jalan melibatkan berbagai metode yang ada.⁴³

Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) di mana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi.

Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk mendapatkan data yang mendalam, suatu data yang mengandung makna. Makna adalah data yang sebenarnya, data yang pasti yang merupakan suatu nilai di balik data yang tampak.⁴⁴

Penelitian kualitatif memiliki beberapa ciri-ciri yang membedakannya dengan penelitian jenis lainnya. Menurut Bogdan dan Biklen mengajukan ada 5 ciri, yaitu:⁴⁵

1. Latar Alamiah, dilakukan pada kondisi yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen), langsung ke sumber data dan peneliti adalah instrumen kunci.
2. Penelitian kualitatif lebih bersifat deskriptif. Data yang terkumpul berbentuk kata-kata atau gambar, sehingga tidak menekankan pada angka.
3. Penelitian lebih menekankan pada proses dari pada produk atau *out come*.

Alasan peneliti menggunakan jenis penelitian deskripsi adalah karena dengan penelitian ini mampu memberikan gambaran yang menyeluruh dan jelas terhadap situasi satu dengan situasi sosial yang lain atau dari waktu tertentu dengan waktu yang lain, atau dapat menemukan pola-pola hubungan antara aspek tertentu dengan aspek yang lain, dan dapat menemukan hipotesis dan teori. Yaitu menggambarkan sebuah proses dan seperangkat kategori atau pola tentang bagaimana tingkat stres dan strategi coping yang terjadi pada caleg yang telah gagal menjadi anggota dewan pasca pemilu 2009.

Subyek dalam penelitian ini adalah seorang caleg yang terdaftar dan gagal menjadi calon anggota Dewan Perwakilan Daerah di wilayah Kota Kediri dalam pemilu 2009. Berikut identitas subyek akan dijelaskan dalam pembahasan dan analisis data. Subyek dipilih dengan beberapa kriteria, yaitu:

- [illegible]

menggunakan telaah teknik triangulasi sumber, yaitu penggunaan sumber yang berbeda untuk mengumpulkan data sejenis. Sumber data yang dimaksud adalah *signifikant other* yaitu istri subyek dan sahabat subyek beberapa sumber data. Sumber data bisa berbentuk kata-kata, perilaku dan sumber tertulis seperti data arsip tentang identitas subyek.

D. DEFINISI KONSEP

Lazarus dan Folkman, 1984 menyatakan, stres psikologis adalah sebuah hubungan antara individu dengan lingkungan yang dinilai oleh individu tersebut sebagai hal yang membebani atau sangat melampaui kemampuan seseorang dan membahayakan kesejahteraannya.⁴⁷

Indikator stres merupakan respon stres yang dapat terlihat dalam berbagai aspek, yaitu:⁴⁸

1. Respon fisiologis: dapat ditandai dengan meningkatnya tekanan darah, detak jantung, detak nadi, dan sistem pernapasan.
2. Respon kognitif: dapat terlihat lewat terganggunya proses kognitif individu, seperti pikiran menjadi kacau, menurunnya daya konsentrasi, pikiran berulang, dan pikiran tidak wajar.
3. Respon emosi: dapat muncul sangat luas, menyangkut emosi yang mungkin dialami individu, seperti takut, cemas, malu, marah, dan sebagainya.

⁴⁷ Arilia Rahma, *Coping Stres pad, Wanita Hamil Resiko Tinggi Grnde Multi...* h: 11

⁴⁸ Reina Wangsadjaja. “*Stres*”... Diakses tanggal 25 April 2009

4. Respon tingkah laku: dapat dibedakan menjadi *fight*, yaitu melawan situasi yang menekan, dan *flight*, yaitu menghindari situasi yang menekan.

Sedangkan *coping* adalah suatu perlawanan untuk menguasai stres yang sedang dihadapi⁴⁹. *Coping* sendiri berupa suatu tindakan merubah kognitif secara konstan dan merupakan suatu usaha tingkah laku untuk mengatasi tuntutan internal atau eksternal yang dinilai membebani atau melebihi sumber daya yang dimiliki individu.

Menurut Lazarus dan Folkman, strategi *coping* diukur dengan 2 cara, yaitu

1. *Problem-focused coping*

Problem-focused coping, yaitu usaha mengatasi stres dengan cara mengatur atau mengubah masalah yang dihadapi dan lingkungan sekitarnya yang menyebabkan terjadinya tekanan.

Suatu studi dilakukan oleh Folkman (dalam Taylor 1991), *problem-focused coping* terdiri atas tiga variasi, yaitu:⁵⁰

- a. *Confrontatif coping*, adalah usaha untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara yang agresif, tingkat kemarahan yang cukup tinggi dan pengambilan resiko.
- b. *Seeking social support*, adalah usaha untuk mendapatkan kenyamanan emosional dari bantuan informasi
- c. *Planful problem solving*, adalah usaha untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara yang hati-hati, bertahap dan analitis.

⁴⁹ Arilia Rahma. *Coping Stres pada Wanita Hamil Resiko Tinggi Grnde Multi.....*h:20-21

⁵⁰ Reina Wangsadjaja. “Stres” Diakses tanggal 25 April 2009

c. Mengurus Perizinan

Yang berwenang memberikan izin untuk mengadakan penelitian ini adalah pihak keluarga dan subyek itu sendiri di mana hal yang diteliti dalam penelitian ini adalah hal yang sangat sensitif.

Hal ini telah dilaksanakan dan mendapatkan izin pada tanggal 23 Juni 2009 dan telah mendapatkan izin dari semua pihak yang berwenang.

d. Menjajaki dan Menilai Lapangan

Tahap di mana penulis berusaha mengenal segala unsur lingkungan sosial, fisik, dan keadaan alam subyek penelitian seperti geografi, demografi, sejarah, tokoh-tokoh, adat-istiadat, konteks kebudayaan, kebiasaan, agama, pendidikan, mata pencaharian, dan sebagainya.

Hal ini juga telah dipenuhi sekaligus saat pelaksanaan
pengurusan izin, tanggal 23 Juni 2009.

e. Memilih dan Memanfaatkan Penelitian

Informan adalah orang dalam latar penelitian. Informan adalah orang yang dimanfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi latar penelitian, berbicara, bertukar pikiran atau membandingkan suatu kejadian yang ditemukan dari subyek lainnya

Dalam penelitian ini, informan yang kami gunakan sebagai penunjang data adalah istri subyek.

- Menetapkan kepada siapa wawancara itu akan dilaksanakan
- Menyiapkan pokok-pokok masalah yang akan menjadi bahan pembicaraan
- Mengawali atau membuka alur wawancara
- Melangsungkan alur wawancara
- Mengkonfirmasi ikhtisar hasil wawancara dan mengakhirinya
- Menuliskan hasil wawancara ke dalam catatan lapangan
- Mengidentifikasi tindak lanjut hasil wawancara yang telah diperoleh.

Karena wawancara yang digunakan adalah semi terstruktur, berikut ini adalah rancangan format wawancara yang memuat point-pointnya saja.

[illegible]

kekurangannya. Hal ini dilakukan dengan memberikan deskripsi data yang akurat dan sistematis tentang apa yang diamati.

c. Triangulasi

Hal ini dilakukan dengan triangulasi teknik, triangulasi waktu dan triangulasi sumber. Triangulasi teknik dilakukan dengan cara menanyakan hal yang sama dengan teknik yang berbeda, yaitu wawancara, observasi dan dokumentasi pada sumber data primer. Triangulasi waktu artinya pengumpulan data dilakukan pada berbagai kesempatan, yaitu pagi, siang dan sore hari. Sedangkan triangulasi sumber dilakukan dengan cara menanyakan hal yang sama melalui sumber data yang berbeda, yaitu selain wawancara dilakukan dengan subyek, kami juga menanyakan hal yang sama dengan orang terdekat subyek yaitu istri subyek dan sahabat subyek.

d. Analisis Kasus Negatif

Dalam hal ini peneliti melakukan analisis kasus negatif yang berarti peneliti mencari data yang berbeda atau bahkan bertentangan dengan data yang telah ditemukan. Jika dalam penelitian ini terdapat beberapa kasus negatif yang telah ditemukan, akan ditanyakan kembali kepada sumber data sehingga mendapat kesepakatan dan data menjadi tidak berbeda. Namun jika dari beberapa nara sumber memberikan data yang sama, maka data telah kredibel.

note” yang akan dilampirkan pada halaman belakang laporan yang isinya meliputi bagaimana peneliti mulai menentukan fokus, memasuki lapangan, menentukan sumber data, melakukan analisis data, melakukan uji keabsahan data, sampai dengan membuat kesimpulan.

BAB IV

PENYAJIAN DAN ANALISIS DATA

A. SETTING PENELITIAN

1. Persiapan Penelitian

Dalam hal ini ada beberapa poin yang penting yang dilakukan oleh peneliti, antara lain:

a. Penentuan Subyek

Pencarian subyek penelitian diperoleh dengan cara informal, yaitu dengan meminta beberapa teman kuliahnya untuk mengenalkan dengan orang yang memenuhi kriteria dan bersedia menjadi subyek. Subyek dipilih dengan beberapa kriteria yang telah ditetapkan pada penentuan subyek penelitian pada Metode Penelitian. Dengan identitas subyek yaitu:

Nama : Andika (samaran)

Jenis Kelamin : Laki-Laki

Alamat : Dawung, Ringinrejo, Kediri

Caleg dari Partai : Golkar

b. Persiapan Wawancara

Karena wawancara dalam penelitian ini berbentuk semi terstruktur, maka peneliti terlebih dahulu menyiapkan dan menyusun pedoman wawancara agar dalam penggalan data peneliti dan peneliti

Observasi dilakukan selama proses wawancara berlangsung. Observasi yang dilakukan lebih ditujukan untuk mengamati aspek-aspek dari subyek penelitian dengan format observasi sebagaimana terlampir.

Penelitian ini dilaksanakan selama kurang lebih 3 bulan, yaitu dari tanggal Mei 2009 hingga Juli 2009. Waktu penelitian ini dilaksanakan ini dihitung sejak proses pencarian literatur, pencarian subyek penelitian hingga disusunnya laporan hasil penelitian ini secara bertahap. Dengan rincian sebagai berikut:

Rincian Jadwal Penelitian dengan Subyek dan *Significant Other*

[illegible]

Nama	: Andika (samaran)
Jenis Kelamin	: Laki-Laki
Tempat dan Tanggal Lahir	: Kediri, 18 September 1978 (31 tahun)
Alamat	: Dsn. Ngampel, RT.1 RW.I, Ds. Selodono, Kec. Ringinrejo, Kediri
Telp	: 081553356405
Status	: Sudah Menikah
Agama	: Islam
Pekerjaan	: Guru MI dan Wiraswasta (Berdagang)
Anak ke-	: 1 (sulung)
Jumlah saudara	: empat
Nama Istri	: Indah Safitri
Nama Anak	: 1, M. Zaki 2. Marizka Sabilatul Khusna

Riwayat Pendidikan (Formal) :

- 1) MI Ar-Rosad, Balong, Ringinrejo, Kediri (1985 -1991)
- 2) MTs Ar-Rosad, Balong, Ringinrejo, Kediri (1991-1994)
- 3) MA Ar-Rosad, Balong, Ringinrejo, Kediri (1994-1997)
- 4) D-2 Jurusan PGMI IAIT (Institut Agama Islam Tribakti) Kediri (2003-2005)
- 5) S-1 Terdaftar sebagai mahasiswa PGMI IAIT PGMI (Institut Agama Islam Tribakti) Kediri (2007-sekarang)

Riwayat Pendidikan (Keagamaan):

- 1) Pernah mondok selama satu tahun di Pondok Pesantren Nurul Iman, Ploso Klaten. (2000)

Pengalaman Organisasi :

- 1) Ketua AMPG (Angkatan Muda Partai Golkar) Wilayah Ringinrejo, Kediri (1997-1998)
- 2) Ketua Pimpinan Kecamatan Partai Golkar (2004-sekarang)
- 3) Ketua DPD AMPG (Dewan Perwakilan Daerah Angkatan Muda Partai Golkar) Kota Kediri (2006-sekarang)

Riwayat Pekerjaan :

- 1) Bekerja di Peternakan Sapi di Mojoroto, Kediri (1998-2000)
- 2) Menjadi pengasuh di Panti Asuhan di YPSDWAY (Yayasan Panti Sumber Daya Wanita dan Anak Yatim) "Mardhotilah" (2001-2002)
- 3) Sopir pribadi (2002 - 2003)
- 4) Wiraswasta (2003 – sekarang)
- 5) Bertani (2003 – sekarang)
- 6) Guru MI (2005 – sekarang)

Riwayat Kesehatan :

- 1) Pernah menderita penyakit Maag semasa mudanya
- 2) Sering mengeluh sakit kepala

Penampilan Subyek sehari-hari adalah seorang laki-laki berusia tengah baya. Dia seorang kepala keluarga dengan dua anak yang selalu tampil sederhana. Meskipun dia seorang tokoh politik, dia selalu tampil

apa adanya. Karena profesinya yang seorang guru SD dan petani, maka sehari-seharinya selain ketika datang ke sekolah, subyek tampil amat sederhana. Berkaos oblong, celana kain panjang, rambut cepak, badan kurus tinggi, kulit hitam dan selalu memakai sandal jepit.

b. Perilaku Subyek

Setelah peristiwa kegagalan terjadi, ternyata subyek mengalami banyak perubahan. Ia tidak tampak seperti yang diceritakan oleh para signifikan other. Dalam sikap, ia sering menunjukkan sikap yang emosional. Emosinya tampak sangat labil. Hal ini terutama saat ia tiba-tiba teringat dengan kegagalannya kemarin dan saat ada orang yang mengingatkannya terhadap masalah ini. Hal ini tampak saat proses wawancara dengan subyek:

"*Saya emang egois!!! Gak pernah mikirin keluarga... (ucapnya yang tiba-tiba dan lirih)*"⁶⁴

Sedangkan dalam perubahan tingkah laku, hal ini bisa ditunjukkan melalui apa saja yang ia kerjakan 3 bulan ini. Setiap malam ia mengalami *insomnia* (kesulitan tidur), sehingga saat malam hari, ia selalu menghabiskan waktunya di luar dan mengganti tidurnya saat siang hari.

Penelitian dilaksanakan kurang lebih 3 bulan setelah kejadian. Dari hasil observasi peneliti, bertempat di rumah Subyek yaitu mulai dari pukul 9 pagi hingga pukul 2 sore, Subyek lebih banyak diam dan kurang respon terhadap kehadiran peneliti.

⁶⁴ Hasil wawancara dengan Subyek, Tanggal 29 Juni 2009

Selain nongkrong di rumah teman-temannya dan di warung, setelah bangun dari tidurnya siang hari, ia juga sering pergi keluar rumah untuk ngenet ke warnet, mengunjungi rekan-rekannya yang mempunyai nasib yang sama dengannya yaitu gagal dalam pencalonan menjadi anggota dewan di kursi parlemen. Ia juga paling sering menghabiskan waktunya di warung dan di rumah teman-temannya sampai larut pagi. Saat siang hari ia sering menghabiskan waktunya dengan bermain internet.

[illegible]

dirinya. Sehingga ia hampir tidak pernah menjadikan keluarganya sebagai teman untuk berbagi

Hal ini juga terbukti ketika kami mengadakan observasi sampai malam hari. Meski saat itu malam sudah sangat larut, Subyek pun tak kunjung pulang ke rumah.

Beberapa kali ia juga tampak kesulitan dalam berkonsentrasi. Baik hal-hal yang sangat ringan seperti menonton TV, ia hanya menatap kosong pada layar televisi. (Gambar.1)

Ia sering ngomong ngelantur, gak nyambung dan sering tampak linglung. Sering mengeluh dan menyesali semua kesialan yang menimpa diri dan keluarganya. Saat tidur, Subyek juga sering mengigau beteriak-teriak tentang kekesalannya atas kekalahannya ini.

Ia sering melamun dan saat proses wawancara ia tampak muram, sedih, kacau, panik, cemas, dan ketakutan. Ia cemas dan takut akan nasib buruk yang akan menimpa keluarganya pasca kagagalannya ini. Karena uang tabungan yang selama ini ia kumpulkan pun telah ludes dalam pencalonannya ini. (Gambar:2)

Saat proses wawancara, ia tampak berusaha menutup-nutupi semua kesedihannya dengan merokok. Beberapa puntung rokok bisa habis seketika saat itu. (Gambar:3)

sangat supel dan senang sekali menjalin persahabatan dengan siapa pun.

Subyek adalah seorang yang sangat sederhana. (Gambar:5)

Berdasarkan cerita Subyek dan beberapa informan yang kami tanya, Subyek mempunyai kepribadian yang ekstrovert yang artinya ia adalah seorang yang sangat sosiabel, lincah, aktif, kecenderungan untuk asertif, suka mencari sensasi, riang, merupakan tipe yang selalu dominan di mana pun ia berada, dan ia adalah orang sangat bersemangat dan pemberani. Subyek senang sekali menjalin persahabatan dengan siapa pun. Subyek adalah seorang yang sangat sederhana dan selalu menyapa siapa saja yang ia temui. Meski teman-temannya rata-rata adalah laki-laki, namun Subyek juga mempunyai cukup banyak teman cewek karena sifatnya yang tidak suka membedakan orang. Hal ini tampak pada saat dia sedang nongkrong dengan teman-temannya. Meski ia sedang tampak risau, ia mencoba melupakan semua kesedihannya dengan teman-temannya. Meski di sana pun dia hanya diam dan tidak banyak bicara seperti dulu.

Subyek adalah seorang yang sangat keras kepala. Hal ini nampak pada keputusannya untuk mencalonkan diri sebagai calon legislatif padahal sebenarnya pihak keluarga kurang yakin akan kesuksesannya. Ini berdasarkan cerita informan II, yaitu:

*"Kalo pendapatku tentang Mas Aziz itu...orangnya berkemauan keras, punya jiwa leadership, tapi...sedikit emosional."*⁶⁵

⁶⁵ Hasil wawancara dengan Hendi, Tanggal 15 Juli 2009

Semasa kecilnya dulu ia telah dididik oleh orang tuanya dengan gaya otoriternya. Setiap keputusan sang ayah adalah mutlak menjadi Undang-Undang untuk keluarganya, tidak terkecuali dirinya.

[illegible]

[illegible][illegible][illegible][illegible]

hanya terdiri dari 1 kelas saja. Masing-masing 1 kelas kurang lebih hanya mempunyai murid tidak lebih dari 20 siswa. Dan rata-rata prestasi yang diperoleh para siswa sangat jauh di bawah rata-rata. Sungguh merupakan pemandangan yang sangat memilukan. Hal ini merupakan sebuah kondisi yang selama ini membuat subyek untuk beberapa saat terpaksa harus merasakan sebuah penat dan *badmood* untuk masuk kerja. Ia sering merasa frustrasi, karena apa yang selama ini ia usahakan untuk anak-anak sama sekali tidak membuahkan hasil.

Selain itu ia juga bekerja di bidang wiraswasta (berdagang apa saja) dan mengelola lahan pertanian yang telah diwariskan oleh orang tuanya kepada Subyek. Dari semua pekerjaan yang ia kerjakan tersebut, setiap bulannya ia bisa mendapatkan penghasilan rata-rata 600 – 700 ribu rupiah per bulan. Kemudian dari hasil sawahnya, baik itu diperoleh dari mengolah lahan pertanian milik bapaknya yang seluas $\frac{1}{4}$ ha dan sawah milik pribadinya sendiri seluas 200 m², ternyata ia bisa mendapatkan penghasilan kurang lebih sekitar 6 juta per tahun.

Meski penghasilannya tidak terlalu tinggi, di antara keempat saudaranya ia adalah anak yang paling sukses. Beberapa saudaranya belum ada yang mempunyai pekerjaan tetap, bahkan ada yang belum mempunyai pekerjaan.

Pada saat kampanye dilakukan, ia mengatakan bahwa ia begitu percaya diri akan mendapatkan suara terbanyak, minimal untuk memenangkan salah satu jatah kursi dalam pemilu tersebut. Selama ini, ia merasa selalu mempunyai banyak teman dan massa, ia juga mempunyai banyak kelompok bermain (genk) di daerah tempat tinggalnya itu. Maka, tidaklah heran kalau saat itu ia benar-benar percaya diri mendapatkan jumlah suara, minimal sebanyak 5000 suara.

Seneng aja. Lagian waktu itu, saya yakin banget bakalan menang Mbak. Saya ikut juga gak sepenuhnya atas dasar kemauan sendiri. Saya mewakili kelompok Partai Golkar di sini. Jadi, waktu itu saya PeDe banget, Mbak! Tapi ternyata....(jawabnya sambil mengusap matanya yang mulai berkaca-kaca) AP250615⁶⁸

Ia mengatakan bahwa ia begitu percaya diri akan kemenangannya di pemilu legislatif tersebut, namun ia melakukan suatu upaya yang menyimpang demi membuat dirinya lebih yakin akan kemenangan yang akan ia dapatkan nanti. Perilaku abnormal tersebut adalah dia pergi ke banyak orang pintar atau paranormal. Dibantu dengan para tim suksesnya, selama 9 bulan masa kampanye, ia tak segan-segan melakukan perjalanan jauh ke berbagai kota di Jawa Timur guna menemui beberapa paranormal untuk meminta bantuan agar nomor urut suaranya mendapatkan suara yang terbanyak.

Selain itu, untuk lebih meyakinkan dirinya bahwa akan mendapatkan jumlah suara seperti yang ia harapkan, ia bersama timnya, dan dibantu dengan keluarganya, ia juga telah melakukan berbagai usaha

⁶⁸ Hasil wawancara dengan Subyek. Tanggal 25 Juni 2009

Dan usahanya yang paling menghabiskan banyak biaya adalah ia juga membagi-bagikan berbagai atribut pemilu yang berlogokan dirinya. Atribut yang melambangkan dirinya tersebut telah diyakini mampu menyihir para kerabat dan semua teman-temannya. Atribut itu berupa stiker, kalender, kaos, dan kartu nama. Ia membagi-bagikan stiker berjumlah sekitar 7000 buah, kalender sebanyak 8000 buah, kaos sebanyak 2500 buah. Dan yang tidak kalah banyak adalah ia juga membagi-bagikan kartu nama yang menggambarkan dirinya dan pasangannya sebanyak 10.000 buah. Ia juga memasang Banner sebanyak ratusan buah. Selain itu ia juga membentuk sebuah kader lokal yang dibentuknya untuk menjadi tim suksesnya untuk membantu proses kampanye tersebut, yang mana mereka pun juga tidak bekerja secara cuma-cuma alias dibayar. (Gambar.6)

[illegible]

terpaksa mengorbankan seluruh uang tabungannya dan dengan dibantu oleh orang tuanya. Dengan itu ia telah mampu menghabiskan uang puluhan juta rupiah. Uang sekitar lima puluh juta rupiah (Rp.50 juta) telah habis untuk usahanya ini. Sekitar 30 juta rupiah ia dapat dari partai, dan senilai 20 juta merupakan propertinya sendiri.

Uang senilai 20 juta rupiah itu pun ia peroleh bukan hanya dari menguras tabungannya, tapi setengahnya ia peroleh dengan meminjam uang dari bapaknya sendiri. Dan karena beberapa alasan, ia juga dituntut untuk mengembalikan uang itu secepatnya.

"Buat kampanye, saya juga udah ngeluarin cukup banyak uang. Yah...kurang lebih sekitar 50 jutaan lah! Tapi sebagian besar uang itu saya peroleh dari partai. Trus mungkin kira-kira yang 20 jutaan dari tabunganku sama pinjaman dari bapak. Uang itu harus saya kembalikan segera... (jawabnya dengan nada emosi) saya juga bingung sekarang harus gimana lagi. Nasib keluarga saya besok saja... saya takut."(ucapnya dengan suara kembali mereda) AP250640⁶⁹

Kemudian hari yang sangat menentukan kesuksesan atau kegagalannya tersebut tiba. Tepat pada hari yang telah ditentukan oleh pemerintah tersebut, yaitu sore hari pada 9 April 2009 ia dan timnya sudah dapat mengetahui berapa jumlah suara yang telah ia peroleh. Ternyata sungguh jauh dari dugaan. Suara yang tadinya ia targetkan berjumlah minimal 5000 suara, ternyata hanya mendapatkan jumlah suara tidak lebih dari 765 suara. Bahkan di wilayah yang telah dianggap endemik yang menjadi target utama, ternyata ia hanya mendapatkan jumlah suara kurang dari 10 suara. Hal ini benar-benar membuat semua orang yang

⁶⁹ Hasil wawancara dengan Subyek. Tanggal 25 Juni 2009

mendukungnya senganget kecewa, dan yang terutama adalah Subyek itu sendiri. Ia tampak begitu sangat terpukul.

Sejak kejadian itulah, keluarganya merasakan banyak keanehan ini terjadi pada diri Subyek. 3 hari setelah peristiwa itu terjadi, mulai terdapat gambaran gejala campuran yang ditampakkan oleh Subyek dan cenderung berubah-ubah. Baik itu secara fisiologis, emosi bahkan tingkah laku. Keadaan terpaku (*daze*), depresi, anxietas, marah, kecewa dan menarik diri dari orang-orang. Hal ini bisa terlihat dari cerita orang-orang yang terdekat dengan Subyek, yaitu istrinya:

“Dia jadi sering marah-marah tanpa alasan sama Mbak. Dia gak pernah tidur malam lagi sama Mbak. Selalu ngelayap entah ke mana. Dia jarang makan di rumah. Trus yang bikin Mbak khawatir...kemarin Maagnya juga sempat kambuh dan parah. Dia sering teriak-teriak sakit kepala” SO1260620.⁷⁰

Dan meski sudah lebih dari 3 bulan, hal ini masih sering dideritanya, meski dalam frekuensi yang lebih sedikit.

"Seketika waktu itu saya jadi sering banget sakit kepala, sering banget! Trus, karena saya jadi males makan, saya juga terkena maag, mbak....tapi sekarang udah gak sering lagi kayak dulu."
AP250634⁷¹

Gejala stres akut yang ia alami selama beberapa hari tepat setelah pemilu tersebut, kemudian berangsur berubah. Beberapa gejala yang ia derita tersebut sebagian telah mereda, namun sebagian lagi justru semakin buruk. Akhirnya menjadi stres yang berkepanjangan yang menyangkut perilaku maladaptif Subyek terhadap kondisi *stressfull* yang sedang dideritanya tersebut.

Sampai penelitian dilakukan, ternyata tingkat konsentrasi Subyek semakin hari semakin buruk. Sehingga selama kurang lebih 3 bulan pasca kegagalan terpaksa ia tidak pernah masuk kerja. Ia cuti mengajar hingga liburan sekolah tiba. Sejak 1 bulan sebelum hari Ha, ia sudah memutuskan untuk cuti mengajar dan berhenti dari segala aktifitas dagangnya untuk sementara waktu. Dia berencana untuk kembali mengajar setelah pelaksanaan pemilu. Namun yang ada justru sebaliknya. Setelah ia mengetahui bahwa ia dipastikan tidak mendapatkan jatah kursi di DPRD Kediri, ia sama sekali tidak pernah menampakkan dirinya di sekolah.

"Mas Aziz sudah cuti mengajar sejak 1 bulan sebelum pemilu. Tadinya juga gak pingin lama-lama meninggalkan sekolah. Namun ternyata sampek sekarang ia masih kelihatan linglung, masih suka

⁷¹ Hasil wawancara dengan Subyek. Tanggal 25 Juni 2009

	Gambar 3 dan Gambar 4 Eskpresi wajah	Mimiknya nampak serius, tidak santai, bicara berat
	<u>AP250636</u> <i>Tensi darah saya juga sempat naik menjadi 160</i>	Tekanan darah subyek sering naik hingga 160
	<u>AP250636</u> <i>Awak iki rasane pegel-pegal. Bahkan untuk masuk untuk mengajar anak-anak saja, saya males! Saya gak bisa konsentrasi Mbak!</i>	Subyek sering mengalami kelelahan, fisik lemah
EMOSI	<u>AP250640</u> <i>Buat kampanye, saya juga udah ngeluarin cukup banyak uang. Yah...kurang lebih sekitar 50 jutaan lah! Tapi sebagian besar uang itu saya peroleh dari partai. Trus mungkin kira-kira yang 20 jutaan dari tabunganku sama pinjaman dari bapak. Uang itu harus saya kembalikan segera...! (jawabnya dengan nada emosi) saya juga bingung sekarang harus gimana lagi. Nasib keluarga saya besok saja... saya takut.”(ucapnya dengan suara kembali mereda)</i>	Subyek merasa cemas, khawatir dan takut
	<u>AP250646</u> <i>Yo gak ngerti Mbak! Padahal aku dah ngasih-ngasih kaos, stiker, kartu nama, kalender, banner juga! (jawabnya dengan nada emosi sambil menunjuk kalender yang terpampang fotonya)</i> <u>SO1260622</u> <i>Kadang-kadang. Ada masalah dikit ja, dia bisa jadi marah besar!</i>	Sifat emosionalnya semakin parah pasca kegagalan ini. Dia sering marah-marrah tanpa alasan.yang jelas.

KOGNITIF	<p><u>AP250636</u> <i>Bahkan untuk masuk untuk mengajar anak-anak saja, saya males! Saya gak bisa konsentrasi Mbak!</i></p> <p><u>AP250613</u> <i>Saya emang egois!!! Gak pernah mikirin keluarga... (ucapnya yang tiba-tiba dan lirik yang gak nyambung dengan pertanyaan kepadanya)</i></p> <p>Gambar 1 : Subyek sibuk menonton TV dengan tatapan kosong</p>	<p><u>Gangguan Konseentrasi</u></p> <p>Selama proses wawancara ia sering menjawab seenaknya dan tidak nyambung</p>
	<p><u>AP250640</u> <i>Makannya akhir-akhir ini saya sering mimpi yang aneh-aneh! Huh..."(ucapnya dengan suara kembali mereda)</i></p>	<p>Sejak kejadian ini, subyek sering mengalami mimpi buruk.</p>
	<p><u>SO1260620</u> <i>Dia gak pernah tidur malam lagi sama Mbak. Selalu ngelayap entah ke mana.</i></p>	<p><u>Insomnia</u></p>
	<p><u>AP250650</u> <i>Gimana ya??? Saya ngerasa ini bener-bener bikin saya sangat kecewa. Ini gak adil buat saya. Saya udah ngelakuin apa aja, berusaha dan berdo'a. Tapi...nihil!</i></p>	<p>Mengeluh</p>
PERILAKU	<p><u>AP250636</u> <i>Awak iki rasane pegel-pegal. Bahkan untuk masuk untuk mengajar anak-anak saja, saya males! Saya gak bisa konsentrasi Mbak!</i></p>	<p>Malas bekerja</p>

		<p><i>menghianatinya. Makannya, sekarang dia jadi lebih emosional, trus sering berpikiran negatif ma orang tanpa alasan</i></p> <p><u>AP280616</u> <i>Ya...lumayan sakit hati!</i></p> <p><u>AP280618</u> <i>Sempet ngecek c waktu hari tu, tapi ya sekali. Habis tu saya juga pasrah.....</i></p>	<p>orang yang dianggap menghianatinya.</p> <p>- Subyek sulit mempercayai perkataan orang</p>	
	<p><i>Seeking social support</i></p>	<p><u>AP280622</u> <i>Kalo sama keluarga saya jarang banget! Tapi kalo sama teman-teman...ya sering Mbak</i></p> <p><u>AP280638</u> <i>Sering! Lagian semua orang juga dah tahu sebelum saya kasih tahu...</i></p> <p><u>AP280654</u> <i>Kalo keluarga...gak sebegitu. Justru Sahabat-sahabatku yang dah bikin aku lebih rileks dan santai...</i></p>	<p>- Subyek menceritakan perasaannya kepada sahabat-sahabatnya untuk mendapatkan nasehat.</p> <p>- Subyek berbagi pengalaman dan perasaan dengan sesama caleg yang bernasib sama dengannya</p>	(+)
	<p><i>Planful problem solving</i></p>	<p><u>AP280646</u> <i>Sampai detik ini saya Cuma mikir gimana caranya saya bisa ngembaliin uang pinjaman dari Bapak</i></p>	<p>Subyek berusaha membuat sebuah rencana untuk</p>	(+)

		ma uang tabungan keluarga. Ya...aku mo maksimalkan hasil taniku besok	menyelesaikan masalah-masalahnya	
<i>EMOTION FOCUSED COPING</i>	<i>Distancing</i>	<u>AP250650</u> Gimana ya??? Saya ngerasa ini bener-bener bikin saya sangat kecewa. Ini gak adil buat saya. Saya udah ngelakuin apa aja, berusaha dan berdo'a. Tapi...nihil!	Subyek menganggap semua yang terjadi adalah musibah	(-)
	<i>Self-control</i>	<u>ZL280625</u> Apakah anda menyendiri dan diam jika anda teringat dengan kegagalan anda kemarin? <u>AP280626</u> Ya, kadang-kadang! Gambar 2: S duduk-duduk melamun dalam waktu yang cukup lama	Subyek kadang-kadang menyembunyikan perasaannya dengan menyendiri.	(+)
	<i>Accepting responsibility</i>	<u>AP280610</u> Wah,,kalo hikmahnya saya masih gak tau maksud semuanya ni apa. Tapi yang jelas, saya jadi kapok ikut-ikutan kayak gini. Wong gak ada yang jujur!	Subyek belum bisa menerima semua yang terjadi padanya.	(-)
	<i>Escape avoidance</i>	AP280624 Tidur. Kalo mikir gak nemu-nemu, ya tak pake tidur ja... AP280630 Tidur ato...pergi ngenet!	- Menghabiskan sebagian waktunya dengan bermain internet - Nongkrong di	(+)

C. PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebuah kekecewaan yang mendalam yang diakibatkan oleh sebuah kegagalan dalam sebuah proses aktualisasi diri yang dialami oleh seorang calon legislatif yang gagal dalam pemilu 2009 merupakan sebuah peristiwa yang dapat menekan seseorang yang mengalaminya (*stressfull event*), di mana besar kecilnya respon yang ditimbulkan tergantung bagaimana subyek melakukan mekanisme pembelaan diri (*defense mekanisme*). Maka sumber stress utama yang menyebabkan timbulnya stress pada subyek adalah peristiwa gagalnya subyek untuk menjadi anggota dewan perwakilan daerah pada pemilu legislatif 2009.

[illegible]

- [illegible]

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Sebuah kekecewaan yang mendalam yang diakibatkan oleh sebuah kegagalan dalam sebuah proses aktualisasi diri yang dialami oleh seorang calon legislatif yang gagal dalam pemilu 2009 merupakan sebuah peristiwa yang dapat menekan seseorang yang mengalaminya (*stressfull event*). stres yang terjadi pada seseorang yang sedang mengalami kegagalan itu dapat dimanifestasikan melalui beberapa bentuk yang dapat dikategorikan berdasarkan unsur-unsur psikologis dan fisiologis, yaitu:
 - a. Respon fisiologis, meliputi proses-proses organik dari makhluk hidup, dapat ditandai dengan terganggunya beberapa hal, yaitu:
 - 1) Subyek kehilangan nafsu makan
 - 2) Terserang penyakit Maag
 - 3) Sering sakit kepala
 - 4) Ekspresi wajah nampak serius, tidak santai
 - 5) Tekanan darah naik hingga 160
 - b. Respon kognitif, meliputi semua proses aktivitas mental yang terjadi di otak, dapat terlihat lewat terganggunya beberapa proses kognitif subyek, yaitu:
 - 1) Subyek merasa cemas, khawatir, dan takut
 - 2) Emosionalnya meningkat (sering marah-marah)

mempersiapkan dirinya baik secara fisik ataupun psikologis untuk dapat menerima segala resiko yang akan terjadi selanjutnya.

- c. Bagi pemerintah pada khususnya, seharusnya dapat menetapkan undang-undang yang menetapkan bahwa persyaratan untuk menjadi calon legislatif harus terlebih dahulu memenuhi beberapa persyaratan yang tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga bersifat psikologis. Sehingga gangguan jiwa yang akan terjadi pasca pemilu lebih dapat dihindarkan.

Alwisol, “*Psikologi Kepribadian*”. Malang:UMM Press.2006

Arora, Anjali. “*5 langkah Mencegah dan Mengatasi Stres*” Jakarta: Bhuana Ilmu Populer,2008

“*Daftar Caleg Stres Seluruh Indonesia Pasca Pemilu 2009*” ([http://pisangsale.com/2009/04/16/daftar-caleg-streseluruh-indonesia-paska-pemilu 2008](http://pisangsale.com/2009/04/16/daftar-caleg-streseluruh-indonesia-paska-pemilu-2008)). Diakses tanggal 25 April 2009)

Dahnial, Iwan. “*Rumah Sakit Jiwa Bakal Kewalahan Menampung Caleg Gagal*”(http://www.mediaindonesia.com/read/2009/03/03/65348/70/13/Rumah_Sakit_Jiwa_Menanti_Caleg). Diakses tanggal 25 April 2009

“*Definisi Politik*” (<http://unjukmarlina.blogspot.com/2008/06/definisi.html>. Diakses tanggal 25 April 2009)

Fausiah, Fitri, Julianti Widury. *Psikologi Abnormal*. Jakarta:UI-Press, 2007

J. Maleong, Lexy. “*Metodologi Penelitian Kualitatif*”. Bandung: Remaja Rosdakarya Offset, 2008

Kartono, Kartini. Dali Gulo, *Kamus Psikologi*. Bandung: Pionir Jaya. 2003

“*Lembaga Legislatif*”(http://kinaraapsari.blogspot.com/2009/04/tugas-legislatif-subject-ind-political.html). Diakses tanggal: 29 April 2009)

Muslim, Rusdi. “*Buku Saku Diagnosis Gangguan Jiwa*”. (Direktorat Kesehatan Jiwa, Direktorat Jenderal Pelayanan Medik, Departemen Kesehatan RI. 2003

Nur Rahmania, Heny. “*Studi Hubungan Antara Persepsi Terhadap Pola Asuh Otoriter Orang Tua dengan Kecenderungan Pemalu (shyness) pada Remaja Awal*”. Sripsi, Fakultas Psikologi UNAIR Surabaya, 2005.

Prasetyo, Bambang. Lina Miftahul Jannah. “*Metode Penelitian Kuantitatif*”. Jakarta: Raja Grafindo Persada.2005.

Rahma, Arilia. *Coping Stres pad, Wanita Hamil Resiko Tinggi Grnde Multi*, Skripsi.: Fakultas Psikologi UNAIR Surabaya, 2007.

S. Nevid, Jeffrey. Spencer A. Rathus. Beverly Greene. *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Erlangga. 2002.

- Setyanegoro, Kusumanto. "*Kesehatan Jiwa (Mental Heealth) dalam Kehidupan Modern*", *Jurnal Cermin Dunia Kedokteran*, http://www.kalbe.co.id/files/cdk/files/05_149_KesehatanJiwadalamkehidupanmodern.pdf/05_149, Diakses tanggal 13 Mei 2009.
- Sobur, Alex. "*Psikologi Umum*". Bandung: Pustaka Setia, 2003.
- Sriati, Aat. *Tinjauan Tentang Stres*. Jatinagor: Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran. 2008.
- "*Strategi Coping Pengguna Narkotika dan Obat Terlarang*" ,(<http://pamangsah.blogspot.com/2008/10/strategi-coping-pengguna-narkotika-dan.html>), diakses tanggal 25 April 2009
- Sugiyono, "*Memahami Penelitian Kualitatif*". Bandung: Alfabeta, 2008.
- Sugiyono. "*Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D*". Bandung: Alfabeta. 2009.
- Surat Kabar Seputar Indonesia, "*Selama Pemilu Terjadi 374 Kasus Pelanggaran*" . 15 April, 2009.
- Tanumidjojo, Yanny. Lestari Basoeki S., Ananta Yudiarso *Stres dan Perilaku Coping Pada Penderita Diabetes Mellitus Tiper II* .(Anima, Indonesian Psychological Journal. Vol.19, No.4. 2004.
- Wangmuba, "*Strategi dan Bentuk Pengetasan Masalah (Coping Strategis)*". ([http://wangmuba.com/tag/coping strategies](http://wangmuba.com/tag/coping-strategies)). diakses tanggal 25 April 2009
- Wangsadjaja, Reina. "*Stress*". (<http://rumahbelajarpsikologi.Com/index.php/stres.html>). Diakses tanggal 25 April 2009.
- Widyasari, Putri. "*Stres Kerja*", (<http://rumahbelajarpsikologi.com/index.php/stres-kerja.html>). Diakses tanggal 25 April 2009)
- "*50 Fakta Pemilu Indonesia 2009*" (<http://cafeblogger.biz/50-fakta-pemilu-indonesia-2009.html>) Diakses tanggal 26 Mei 2009